今日的早晚複習如下：

1. （97）我是靈性。

我就是上主之子。沒有人能限制我的靈性，或在我身上強加任何上主未曾創造的限制。

2. （98）我願接納自己在上主救恩計劃裡的角色。

除了接納上主之言，我還有什麼任務,畢竟祂已將我創造得如我所是，且永恆如是。

3. 每小時：我是靈性。

每小時半：我願接納自己在上主救恩計劃裡的角色。